

**муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр детско-юношеского туризма «Эдельвейс» городского округа Тольятти**

Принято на педагогическом совете
МБОУ ДО «Эдельвейс»
Протокол № 2 от 10.04.2024

Утверждена приказом директора
МБОУ ДО «Эдельвейс»
Приказ № 60-ОД от 10.04.2024

Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Поход с нами»

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Организационно-установочное занятие	2	0	2
1.1.	Беседа на тему «Виды туризма в России и Самарской области».	1	-	1
1.2.	Постановка цели проведения занятий и мероприятий по программе перед обучающимися. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	1
2	Организационный сбор	1	2	3
2.1.	Игры на знакомство и сплочение	0,5	1	2
2.2.	Разработка командной визитной карточки	0,5	1	2
3	Краеведение	2	2	4
3.1.	Кодекс чести юного туриста	0,5	-	1
3.2.	Краеведение в туристских походах	0,5	0,5	1
3.3.	Экскурсионные объекты	0,5	0,5	1
3.4.	Туристский маршрут. Разработка туристского маршрута по данной местности. Защита проекта «Поход выходного дня».	0,5	1	1,5
4	Спортивный туризм	3	7	10
4.1.	Туристское снаряжение и требование к нему. Узлы, применяемые в туризме.	1	2	3

4.2.	Бивак. Организация туристского быта. Организация питания в походе.	0,5	0,5	1
4.3.	Доврачебная медицинская помощь. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.	0,5	0,5	1
4.4.	Прохождение учебно-тренировочной дистанции по пешеходному туризму. Соревнования по технике пешеходного туризма. Тактика соревнований по технике пешеходного туризма.	1	4	5
5	Ориентирование	2	5	7
5.1.	Определение топографии и топографических карт. Условные обозначения на топографических картах.	0,5	0,5	1
5.2.	Ориентирование по горизонту. Азимут. Компас. Типы компасов и правила работы с ними.	0,5	1,5	2,5
5.3.	Определение расстояний на местности. Соревнования по спортивному ориентированию.	1	3	4
6	Экология	1	1	2
6.1.	Экологическое воспитание. Охрана природы.	0,5	0,5	1
6.2.	Охраняемые природные территории родного края. Экологическая обстановка Самарской области.	0,5	0,5	1
7	Физическая подготовка	-	4	4
7.1.	Общая физическая подготовка.	-	2	2
7.2.	Специальная физическая подготовка. Эстафеты, игры.	-	2	2
8	Участие в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию.	-	4	4
ВСЕГО		11	25	36